

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN ORIENTASI MASA
DEPAN MENGHADAPI PENSIUN**



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1 pada Jurusan
Psikologi Fakultas Psikologi

Oleh :

RIZKI PRASTINA DEWANTI

F.100130227

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN ORIENTASI MASA
DEPAN MENGHADAPI PENSIUN**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

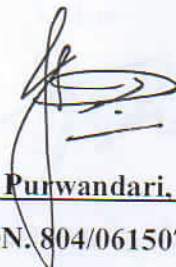
Rizki Prastina Dewanti

F.100130227

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh

Dosen

Pembimbing



Dr. Eny Purwandari, M.si
NIK/NIDN. 804/0615077501

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN ORIENTASI MASA
DEPAN MENGHADAPI PENSIUN**

Yang diajukan oleh :

Rizki Prastina Dewanti

F.100130227

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 25 September 2017

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dr. Eny Purwandari, M.Si.

Penguji Pendamping I

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si, Psi.

Penguji Pendamping II

Santi Sulandari, S.Psi, M.Ger.

Surakarta, 25 September 2017

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Dr. Moordiningsih, M.Si, Psi

NIK/NIDN. 876/0615127401

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada tidak kebenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 13 September 2017

Penulis



Rizki Prastina Dewanti

F.100130227

HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN ORIENTASI MASA DEPAN MENGHADAPI PENSIUN

ABSTRAK

Pensiun adalah masa purna dari tugas baik yang bekerja di swasta maupun pegawai negeri. Pada kenyataannya tidak semua orang siap menghadapi masa pensiun. Ketidaksiapan ini timbul karena adanya kekhawatiran salah satunya yaitu tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu akibat pensiun dan sebelum seseorang menghadapi masa pensiun tidak ada perencanaan atau gambaran kedepannya setelah pensiun tiba. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi *coping* dengan orientasi masa depan menghadapi pensiun. Subjek penelitian menggunakan studi populasi yaitu seluruh PNS yang bekerja di pemerintahan Kabupaten Kudus berusia 56-58 tahun dan berjumlah 80 subjek. Metode pengumpulan data menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan alat ukur skala yaitu skala strategi *coping* dan skala orientasi masa depan. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *coping* memiliki korelasi dengan orientasi masa depan sebesar 0,807 dengan tingkat signifikansi 0,000, artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara strategi *coping* dengan orientasi masa depan menghadapi pensiun. Tingkat strategi *coping* tergolong tinggi dan tingkat orientasi masa depan tergolong tinggi. Sumbangan efektif strategi coping terhadap orientasi masa depan sebesar 65,1% dan masih terdapat 34,9% dipengaruhi faktor lain diantaranya usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, dan interaksi sosial.

Kata kunci : strategi *coping*, orientasi masa depan, PNS

ABSTRACT

Retirement is a period of full-time employment both in private and civil servants. the fact is it does not apply to everyone. This unpreparedness arises because of worries that can not fulfill certain needs due to retirement and before a person is retired there is no future planning after the retirement time. This study aims to find out the relationship between coping strategies with future orientation to face retirement. The subjects of the study use population study, all civil servants who worked in the government of Kudus District aged 56-58 years and totalling 80 subject. Data collection method uses quantitative research method with measuring instrument used in the study are *coping* strategi scale and future orientation scale. Data analysis technique using product moment correlation test. The results showed that coping strategy has a correlation with future orientation of 0,807 the level significance 0,000, means that there is a very significant positive relationship between coping strategy with future orientation to face retirement. The level of coping strategy is high and the

future orientation level is high. The effective contribution of coping strategy to future orientation is 65.1% and there are 34.9% influenced by other factors among age, gender, socioeconomic status, social support, and social interaction.

Keywords: coping strategy, future orientation, civil servant

1. PENDAHULUAN

Bekerja adalah kegiatan yang dilakukan individu demi mengharapkan suatu misi yang diinginkan, dengan bekerja individu akan mendapatkan dan merasakan kepuasan tersendiri, karena bisa memperoleh uang dan fasilitas-fasilitas yang diberikan dari hasil bekerjanya. Hal ini dikarenakan setiap pegawai pasti akan mengalami pensiun, dimana seorang pegawai akan beranggapan bahwa masa pensiun sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan, sehingga ketika menjelang masa pensiun tiba sebagian individu mengalami kekhawatiran karena tidak tahu kehidupan macam apa kelak yang akan dihadapinya (Suseno, 2012). Fasilitas yang diberikan setelah pensiun tiba dalam bentuk materi seperti gaji pokok yang berkurang 25%, selain itu tunjangan fungsional dan kesejahteraan personal akan hilang setelah pensiun. Hal ini akan membuat banyak orang menghadapi masa pensiun dengan perasaan negatif atau membuat cemas. Bahkan mereka yang belum siap mentalnya akan mengalami tekanan psikologis yang berat, sebab kejadian tersebut dianggap sebagai kerugian, keaiban, degradasi sosial, sebagai hal yang memalukan dan sebagainya. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pensiun akan menimbulkan gangguan psikologis yang tidak dapat dihindarkan (Kartono, 2000).

Menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2015 tercatat jumlah Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang berusia 51 sampai dengan 55 tahun sebanyak 4.357 orang atau 27% dan yang berusia 55 tahun lebih sebanyak 1.933 orang atau 12% (BPS, 2016). Menurut Alm dan Laftman (2016) orientasi masa depan adalah sebagai pikiran individu untuk menetapkan rencana, motivasi,

harapan dan perasaan tentang masa depannya. Oleh karena itu, orientasi masa depan termasuk kognitif, komponen afektif serta motivasi. Hal ini juga dialami oleh individu dalam menghadapi masa pensiun, alasan dari orang takut atau menderita gangguan psikologis di masa pensiun karena tidak adanya perencanaan di masa muda. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tangkeallo dkk (2014) menunjukkan bahwa individu kurang memiliki keyakinan kemampuan yang dimiliki, sehingga kurang mampu membuat perencanaan dari minat dan tujuan masa depan yang jelas dan rinci. Model penilaian kognitif (*cognitive appraisal model*), bahwa orang secara sadar memilih cara untuk mengantisipasi ketegangan dengan strategi coping atas dasar bagaimana individu mempersepsikan dan menganalisis situasi (Lazarus dan Folkman, dalam Papalia dkk, 2013).

Menurut Folkman dan Lazarus (1980) strategi *coping* diartikan sebagai proses yang disertai dengan suatu usaha yang dilakukan dalam rangka mengubah domain kognitif atau perilaku secara tetap untuk mengendalikan dan mengatasi tekanan dalam hidup. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Agustianto (2011) terhadap 84 subjek menunjukkan bahwa munculnya tingkat stress mempengaruhi strategi coping lansia dalam menghadapi pensiunnya. Jika lansia menerima akhir masa bekerjanya atau pensiunnya dan mempersiapkan pensiunnya, maka lansia akan menjalani masa pensiun dengan tenang dan tidak mengalami stress pada masa pasca pensiun. Sebagian besar lansia menggunakan coping *problem focused coping* (48,8%) di bandingkan *emotional focused coping* (51,2%). *Coping* yang berhasil adalah yang melibatkan pengendalian kontrol (*regulatory control*) proses-proses yang memungkinkan individu untuk mengarahkan aktivitasnya di berbagai waktu situasi (Baron dan Byrne, 2005). Konsep *coping* berdasarkan tiga komponen teoritis yaitu fisiologis, kognitif dan belajar (Kumar dan Bhukar, 2013)

Individu yang bekerja sebagai PNS dan akan menghadapi pensiun seharusnya memikirkan apa yang akan dilakukannya setelah pensiun tiba seperti berkumpul dengan keluarga, membangun usaha, menyibukkan dengan hobinya dan lain

sebagainya, namun pada kenyataannya setelah mendekati masa pensiun kecemasannya tinggi bahkan mengalami gangguan psikologis. Hal ini disebabkan ketidaksiapan individu dalam menghadapi masa pensiun, ketidaksiapan ini timbul karena adanya kekhawatiran salah satunya yaitu tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu akibat pensiun dan jauh sebelum individu menghadapi masa pensiun tidak ada perencanaan atau gambaran ke depannya seperti kehidupan apa kelak yang akan dihadapi.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas dapat ditarik rumusan masalah yaitu : “apakah ada hubungan antara strategi *coping* dengan orientasi masa depan menghadapi pensiun?. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : 1) hubungan antara strategi coping dengan orientasi masa depan menghadapi pensiun, 2) tingkat strategi coping dan tingkat orientasi masa depan menghadapi pensiun, 3) sumbangan efektif strategi coping dengan orientasi masa depan menghadapi pensiun.

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode kuantitatif. Variabel bebas dalam penelitian adalah strategi *coping* dan variabel tergantungan adalah orientasi masa depan. Subjek dalam penelitian menggunakan studi populasi yaitu semua anggota populasi digunakan sebagai subjek penelitian. Hal ini dilakukan karena jumlah populasi subjek penelitian yang relatif kecil. Berjumlah 80 orang Pegawai Negeri Sipil yang bekerja di Pemerintahan kabupaten kudos berusia 56-58 tahun, hal ini dikarenakan usia minimal atau diatas usia tersebut sudah mendekati usia pensiun (masa pensiun Pegawai Negeri Sipil di Indonesia sesuai PP pasal 90 No. 5 tahun 2014 adalah 58 tahun). Metode pengambilan data menggunakan skala strategi *coping* dan skala orientasi masa depan menghadapi pensiun. Uji validitas didasarkan pada hasil penilaian panel ahli (*expert judgement*) menggunakan rumus formula Aiken's V dengan koefisien validitas $\geq 0,75$. Uji reliabilitas menggunakan teknik koefisien *Alpha Cronbach's* dengan koefisien reliabilitas $> 0,60$. Nilai reliabilitas untuk skala strategi *coping* sebesar

0,804 dan skala orientasi masa depan sebesar 0,890. Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan teknik korelasi *product moment*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan di peroleh nilai koefisien korelasi $r(xy)$ sebesar 0,807 dengan signifikansi $(p) = 0,000$ ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara strategi *coping* dengan orientasi masa depan. Artinya semakin tinggi strategi coping yang dimiliki pada PNS maka semakin tinggi pula orientasi masa depan menghadapi pensiun, sebaliknya semakin rendah strategi *coping* yang dimiliki PNS maka semakin rendah pula orientasi masa depan menghadapi pensiun. Hal tersebut sesuai dengan gagasan Santrock (2012) bagi sebagian besar individu, usia setengah baya adalah masa bagi seseorang untuk melakukan refleksi, evaluasi terhadap pekerjaannya, merencanakan pensiun serta yang ingin dilakukan di masa depan setelah pensiun nantinya. Pekerjaan atau perubahan karier yang terjadi pada usia paruh baya dapat menjadi tekanan bagi individu. Sehingga individu dapat mengatasi tekanan mengenai perubahan karir bahkan rencana yang akan dilakukan di masa depan setelah pensiun dengan menggunakan strategi *coping*. Semakin individu mampu melakukan *coping*, maka orientasi masa depan individu dalam menghadapi pensiun tinggi.

Hermaningtyas, Mardijana, dan Dewi (2015) menyatakan bahwa kemampuan pegawai dalam memecahkan masalah atau tekanan dalam hidup ditentukan oleh *locus of control* (pengendalian diri) yang merupakan salah satu faktor dari strategi coping dan dapat dimiliki oleh setiap individu. Pegawai yang memiliki pengendalian diri, akan cenderung lebih efektif dalam memecahkan masalah karena pegawai tersebut dapat mengintrospeksi kesalahan-kesalahannya yang dapat menimbulkan permasalahan sehingga mempermudah memahami permasalahan yang muncul pada diri mereka dan dapat menggambarkan tentang dirinya dimasa depan setelah pensiun dengan lebih jelas.

Hasil analisis variabel strategi *coping* diketahui bahwa tingkat strategi *coping* subjek tergolong tinggi yang dapat dilihat dari rerata empirik (RE) sebesar 87,98 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 70 ($RE > RH$). Hasil perhitungan frekuensi dan prosentase diketahui dari 80 subjek, terdapat 0% (0 orang) yang memiliki strategi *coping* sangat rendah, 0% (0 orang) yang memiliki strategi *coping* rendah, 2,5 % (2 pegawai) yang memiliki strategi *coping* sedang, 86,25% (69 pegawai) yang memiliki strategi *coping* tinggi, dan 11,25% (9 pegawai) yang memiliki strategi *coping* sangat tinggi.

Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki strategi *coping* yang baik yang dilihat dari *problem focused coping* bahwa subjek mampu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah yang dapat membuat subjek merasa tertekan karena ada rasa kekhawatiran dalam memenuhi kebutuhan hidupnya dan *emotional focused coping* yaitu subjek dapat mengatur emosi agar bisa menyesuaikan diri dengan permasalahan yang dapat membuatnya tertekan. Subjek dapat memandang situasi dengan lebih positif terhadap masa pensiun maka dapat dikatakan bahwa subjek tersebut telah memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik mengenai masa pensiun sehingga dengan pengetahuannya tersebut subjek akan memiliki kemampuan untuk mempersepsi kehadiran masa pensiunnya secara positif, dengan begitu subjek akan memiliki pandangan, keyakinan serta pendapat yang positif terhadap masa pensiun, hal ini membuat subjek memandang masa pensiun bukan sebagai masa yang menakutkan atau memprihatinkan. Subjek tidak akan mempersepsi, memandang dan berkeyakinan bahwa dengan kehadiran masa pensiun maka, akan kehilangan tugas-tugas pekerjaan yang berarti yang selama ini menjadi aktivitas utama dalam kehidupannya, kehilangan kelompok referensi yang berupa rekan kerja atau bawahan yang selama ini memberikan perasaan kebanggaan tersendiri, kehilangan kontak sosial, seperti memiliki jabatan yang *powerfull*, merasa terisolasi, dan merasa bahwa lingkungan pergaulannya menjadi semakin sempit dan terbatas,

serta kehilangan penghargaan yang diterima dari lingkungannya, seperti tidak lagi dihormati atau kehilangan wibawa.

Hasil analisis variabel orientasi masa depan diketahui bahwa tingkat orientasi masa depan subjek tergolong tinggi yang dapat dilihat dari rerata empirik (RE) sebesar 99,93 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 80 ($RE > RH$). Hasil perhitungan frekuensi dan prosentase diketahui dari 80 subjek, terdapat 0% (0 orang) yang memiliki orientasi masa depan sangat rendah, 0% (0 orang) yang memiliki orientasi masa depan rendah, 8,75 % (7 pegawai) yang memiliki orientasi masa depan sedang, 77,5% (62 pegawai) yang memiliki orientasi masa depan tinggi, dan 13,75% (11 pegawai) yang memiliki orientasi masa depan sangat tinggi.

. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa subjek penelitian ini yaitu Pegawai Negeri Sipil memiliki gambaran yang lebih jelas dalam menghadapi pensiun, dikarenakan PNS yang memasuki usia pensiun telah mencakup unsur aspek yang telah dikemukakan oleh Nurmi (1991). Kondisi ini diartikan pada dasarnya subjek dalam penelitian ini memiliki karakteristik yang terdapat dalam aspek-aspek pada orientasi masa depan yaitu : (1) motivasi, dorongan yang terdapat dalam diri individu untuk mencapai tujuannya, selain itu motivasi mencakup motif dan minat yang berkaitan dengan orientasi masa depan (2) perencanaan, strategi yang disusun untuk merealisasikan tujuan (3) evaluasi, penilaian tentang sejauh mana, kemampuan individu untuk mewujudkan tujuan yang telah ditetapkan.

Selain itu juga, Nurmi (1991) menjelaskan bahwa dengan menyusun rencana-rencana yang matang dan dikemas dalam peta hidup dapat mewujudkan gambaran orientasi masa depan yang lebih jelas, sehingga subjek penelitian ini memiliki gambaran orientasi ke depan yang lebih jelas. Menurut Jaudat (2002) mengungkapkan bahwa untuk mewujudkan orientasi masa depan yang lebih jelas seseorang perlu memiliki faktor plus. Faktor ini ada dalam diri tiap individu dan dimunculkan melalui keinginan yang kuat (visi ataupun misi yang jelas). Faktor *plus* tersebut yaitu mampu melakukan coping untuk mengatasi masalah dan

menghadapi tantangan kehidupan. Selain itu, berdasarkan data yang peneliti peroleh bahwa subjek berusia 56-58 tahun yang masih memiliki tanggungan anak sekolah (SD-SMA) sebanyak 21%, yang masih kuliah 30,9%, dan yang sudah bekerja sebanyak 48,1%, hal ini dapat dikatakan bahwa subjek mempunyai anak yang sudah bekerja lebih banyak persentasenya dari pada yang masih bersekolah dan kuliah. Sehingga subjek lebih siap dalam menghadapi pensiun, karena tanggungan biaya sudah berkurang dan sudah tidak ada rasa kekhawatiran dalam memenuhi kebutuhan dalam hidup, untuk itu subjek dapat memiliki gambaran masa depan yang lebih jelas.

Sumbangan efektif strategi *coping* dengan orientasi masa depan sebesar 65,1%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor lain sebesar 34,9% yang mempengaruhi orientasi masa depan menghadapi pensiun diluar strategi *coping* diantaranya usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, dan interaksi sosial (Nurmi, 1991).

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan hubungan positif yang sangat signifikan antara strategi *coping* dengan orientasi masa depan, sehingga strategi *coping* memiliki pengaruh terhadap orientasi masa depan menghadapi pensiun. Hal ini diketahui dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hasil hipotesis yang diajukan dalam penelitian diterima.

4. PENUTUP

Kesimpulan dari penelitian ini adalah 1) Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara strategi *coping* dengan orientasi masa depan menghadapi pensiun, 2) Hasil penelitian diketahui bahwa strategi coping pegawai PNS yang telah memasuki usia pensiun tergolong tinggi, 3) Hasil penelitian diketahui bahwa orientasi masa depan pegawai PNS yang telah memasuki usia pensiun tergolong tinggi, 4) Besar sumbangan efektif strategi coping terhadap orientasi masa depan sebesar 65,1%.

Saran yang diberikan peneliti bagi subjek penelitian yaitu strategi coping dan orientasi masa depan pada subjek penelitian tergolong tinggi, atas dasar tersebut maka subjek penelitian diharapkan dapat mempertahankan dengan cara mengurangi *budget* kebutuhan sehari-hari yang berlebih, tetap konsisten dalam menabung untuk keperluan di masa depan, dan mengikuti pelatihan pra pensiun yang diadakan instansi untuk memperoleh informasi yang tepat mengenai pensiun.

Saran bagi pihak instansi untuk mengadakan program bimbingan dan persiapan pra pensiun bagi pegawai negeri yang hendak memasuki masa pensiun. Saran bagi peneliti selanjutnya jika tertarik untuk melakukan penelitian ini diharapkan dapat memperluas subjek penelitian, mempertimbangkan variabel-variabel lain yang mempengaruhi orientasi masa depan menghadapi pensiun, menggunakan teknik pengambilan sampel lain dan lebih memperhatikan instrumen yang digunakan dalam penelitian .

DAFTAR PUSTAKA

- Agustianto, D. (2015). Hubungan Stress Dengan Strategi Koping Lansia Pada Masa Pensiun di RW 011 Komplek Mabad Rempoa Ciputat Tangerang Selatan. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 25-32
- Alm, S., & Laftman, S. B. (2016). Future orientation climate in the school class: Relations to adolescent delinquency, heavy alcohol use, and internalizing problems. *Children and Youth Services*, 70, 324-331. doi: 10.1016/j.childyouth.2016.09.021
- Badan Pusat Statistik [BPS]. (2016). *BPS 2013: Angka-angka Per Kapita PDRB Kabupaten Kudus Tahun 2010-2013 (Rp)*. Diunduh dari <https://kuduskab.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/35>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 267-283

- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An Analysis Of Coping in a Middle Aged Community Sample. *Journal Of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239
- Hermaningtyas, D. P., Mardijana, A., & Dewi, R. (2015). Hubungan Antara Masa Persiapan Pensiun dan Kecenderungan Depresi pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Universitas Jember. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 99-109
- Kartono, K. (2000). *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju
- Kumar, S., & Bhukar, J. P. (2013). Stress level and coping strategies of college students. *Journal of Physical Education and Sports Management*, 4(1), 5-11
- Nurmi, J.E. (1991). How Do Adolescents See Their Future? A Review Of The Development Of Future Orientation and planning. *Developmental Review*, 11, 1-59
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2013). *Human Development Edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanika
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development Edisi 13 Jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- Suseno, P. (2012, Mei15). Post Power Syndrome (Kenali dan Hadapi). *Badan Kepegawaian Daerah Kabupaten Pati*. Diunduh dari <http://www.bkdbackup.jvnix.com>
- Tangkeallo, G. A., Purbojo, R., & Sitorus, K. S. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Orientasi Masa Depan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 25-32